

# QUY ĐỊNH HƯỚNG DẪN VỀ TRẺ EM TRỞ LẠI TRƯỜNG HỌC

## MỤC LỤC CÁC THẮC MẮC THƯỜNG GẶP VỀ TRẺ EM TRỞ LẠI TRƯỜNG HỌC

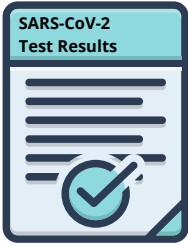
**Vui lòng sử dụng bảng dưới đây để xác định từ thông tin giải đáp thắc mắc của bệnh nhân của quý vị.**

<b>CÂU HỎI:</b>	<b>TỪ THÔNG TIN SỐ:</b>
Con tôi có cần làm xét nghiệm SARS-CoV-2* trước khi trở lại trường học không?	Từ Thông Tin (Handout) #1
Con tôi được chẩn đoán là mắc COVID-19 và/hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2. Con tôi có cần phải có xét nghiệm âm tính trước khi quay trở lại trường học hoặc cơ sở giữ trẻ không?	Từ Thông Tin (Handout) #2
Con tôi có các triệu chứng có thể là do COVID-19. Tôi có cần phải đưa con tôi đi xét nghiệm SARS-CoV-2 thì các cháu mới có thể trở lại trường học/cơ sở giữ trẻ không?	Từ Thông Tin (Handout) #3; xem các lựa chọn 1,2, & 3
Con tôi đã khỏi bệnh COVID-19 hoặc từng có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2. Cháu có cần phải làm xét nghiệm lại cho các triệu chứng mới có thể do COVID-19 gây ra hay không?	Từ Thông Tin (Handout) #4
Con tôi được yêu cầu phải cách ly tránh tiếp xúc do đã Tiếp Xúc Gần (Close Contact) với người mắc COVID-19 hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2. Thời gian cách ly là bao nhiêu ngày? Con tôi có nên đi xét nghiệm trong thời gian cách ly không?	Từ Thông Tin (Handout) #5

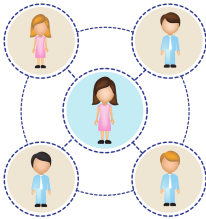


# TRẺ EM TRỞ LẠI TRƯỜNG HỌC

## Con tôi có cần đi xét nghiệm COVID-19 trước khi trở lại trường học không?



- o **Trong đa số các trường hợp**, xét nghiệm này KHÔNG được khuyến cáo, và Sở Y Tế Quận Alameda (Alameda County Public Health) không yêu cầu phải làm xét nghiệm thì con quý vị mới có thể trở lại trường học hoặc cơ sở giữ trẻ.
- o Phải đáp ứng được các điều kiện khác nếu con quý vị thuộc một trong các trường hợp sau đây:
  - Được chẩn đoán mắc COVID-19 và/hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2
  - Các triệu chứng có thể là do COVID-19 HOẶC
  - Gần đây (trong 14 ngày vừa qua) đã Tiếp Xúc Gần (Close Contact) với người mắc COVID-19 và/hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2.



### CÁC ĐỊNH NGHĨA:

- **SARS-CoV-2 là loại vi-rút gây bệnh COVID-19.**
- Tiếp Xúc Gần (Close Contact) có nghĩa là đưa trẻ hoặc học sinh tiếp xúc với người mắc COVID-19 trong phạm vi 6 feet, trong tổng cộng ít nhất 15 phút, NGAY CẢ KHI cả đưa trẻ hoặc học sinh và người kia đều đeo khẩu trang. Những lần tiếp xúc ngắn với tổng cộng thời gian lên đến 15 phút trong cùng ngày cũng được tính là Tiếp Xúc Gần (Close Contact). Tiếp Xúc Gần (Close Contact) cũng có thể là học sinh đã tiếp xúc ngắn hơn nhưng rất gần với các hạt nước nhỏ li ti bắn ra khi người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID nói, ho hoặc hắt hơi. Ví dụ, người bệnh ho trực tiếp vào đưa trẻ hoặc học sinh đó.
- Các triệu chứng COVID-19 bao gồm sốt, lạnh run, ho, thở dốc hoặc khó thở, mệt mỏi, nhức mắt hoặc nhức mắt người, đau đầu, mới bắt đầu mất khứu giác hoặc vị giác, đau họng, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn, ói mửa, và tiêu chảy.
- Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe (Healthcare Provider) là Bác Sĩ (Doctor), Người Hành Nghề Y Tá (Nurse Practitioner), hoặc Phụ Tá Bác Sĩ Có Chứng Nhận (Certified Physician Assistant).



# NẾU CON TÔI CÓ KẾT QUẢ XÉT NGHIỆM DƯƠNG TÍNH VỚI COVID-19

**Con tôi được chẩn đoán là mắc COVID-19 và/hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2. Con tôi có cần phải có xét nghiệm âm tính trước khi quay trở lại trường học hoặc cơ sở giữ trẻ không?**



- **Không, con quý vị không cần phải có kết quả xét nghiệm âm tính trước khi quay trở lại. Các em có thể trở lại trường học hoặc cơ sở giữ trẻ nếu đáp ứng được **TẤT CẢ** các điều kiện sau đây:**
  - Đã ít nhất 10 ngày kể từ khi bắt đầu xuất hiện các triệu chứng COVID-19, hoặc ngày làm xét nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng
  - Đứa trẻ không bị sốt trong ít nhất 24 giờ mà không cần uống thuốc hạ sốt
  - **VÀ**
  - Các triệu chứng của đứa trẻ đã đỡ.

Các xét nghiệm có thể là dương tính một thời gian dài sau khi đứa trẻ không còn có nguy cơ làm lây bệnh nữa và **không nên làm xét nghiệm lại.**

## **CÁC ĐỊNH NGHĨA:**

- **SARS-CoV-2 là loại vi-rút gây bệnh COVID-19.**
- Tiếp Xúc Gần (Close Contact) có nghĩa là đứa trẻ hoặc học sinh tiếp xúc với người mắc COVID-19 trong phạm vi 6 feet, trong tổng cộng ít nhất 15 phút, **NGAY CẢ KHI** cả đứa trẻ hoặc học sinh và người kia đều đeo khẩu trang. Những lần tiếp xúc ngắn với tổng cộng thời gian lên đến 15 phút trong cùng ngày cũng được tính là Tiếp Xúc Gần (Close Contact). Tiếp Xúc Gần (Close Contact) cũng có thể là học sinh đã tiếp xúc ngắn hơn nhưng rất gần với các hạt nước nhỏ li ti bắn ra khi người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID nói, ho hoặc hắt hơi. Ví dụ, người bệnh ho trực tiếp vào đứa trẻ hoặc học sinh đó.
- Các triệu chứng COVID-19 bao gồm sốt, lạnh run, ho, thở dốc hoặc khó thở, mệt mỏi, nhức mỏi cơ hoặc nhức mỏi người, đau đầu, mới bắt đầu mất khứu giác hoặc vị giác, đau họng, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn, ói mửa, và tiêu chảy.
- Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe (Healthcare Provider) là Bác Sĩ (Doctor), Người Hành Nghề Y Tá (Nurse Practitioner), hoặc Phụ Tá Bác Sĩ Có Chứng Nhận (Certified Physician Assistant).



# NEU CON TOI CO CAC TRIEU CHUNG COVID-19

**Con tôi có các triệu chứng có thể là do COVID-19. Tôi có cần phải đưa con tôi đi xét nghiệm SARS-CoV-2 thì cháu mới có thể quay lại trường hoặc cơ sở giữ trẻ không?**

- **Không nhất thiết như vậy.** ACPHD khuyến cáo nên đi xét nghiệm, tuy nhiên đây không phải là yêu cầu bắt buộc nếu đứa trẻ có các triệu chứng COVID-19.
- Quý vị nên quyết định có nên đưa con quý vị đi xét nghiệm hay không sau khi nói chuyện với một y bác sĩ. Phụ huynh nên lựa chọn phương án phù hợp nhất với họ và gia đình trong danh sách dưới đây

## **Lựa chọn 1: Khi nào con tôi có thể quay trở lại trường học/cơ sở giữ trẻ nếu cháu không đi xét nghiệm?**

Con quý vị có thể quay trở lại trường học/cơ sở giữ trẻ nếu đáp ứng được TẤT CẢ các điều kiện sau đây:

- Đã ít nhất 10 ngày kể từ khi bắt đầu xuất hiện các triệu chứng COVID-19, hoặc ngày làm xét nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng
- Đứa trẻ không bị sốt trong ít nhất 24 giờ mà không cần uống thuốc hạ sốt
- VÀ
- Các triệu chứng của đứa trẻ đã đỡ.



## **CÁC ĐỊNH NGHĨA:**

- **SARS-CoV-2 là loại vi-rút gây bệnh COVID-19.**
- Tiếp Xúc Gần (Close Contact) có nghĩa là đứa trẻ hoặc học sinh tiếp xúc với người mắc COVID-19 trong phạm vi 6 feet, trong tổng cộng ít nhất 15 phút, NGAY CẢ KHI cả đứa trẻ hoặc học sinh và người kia đều đeo khẩu trang. Những lần tiếp xúc ngắn với tổng cộng thời gian lên đến 15 phút trong cùng ngày cũng được tính là Tiếp Xúc Gần (Close Contact). Tiếp Xúc Gần (Close Contact) cũng có thể là học sinh đã tiếp xúc ngắn hơn nhưng rất gần với các hạt nước nhỏ li ti bắn ra khi người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID nói, ho hoặc hắt hơi. Ví dụ, người bệnh ho trực tiếp vào đứa trẻ hoặc học sinh đó.
- Các triệu chứng COVID-19 bao gồm sốt, lạnh run, ho, thở dốc hoặc khó thở, mệt mỏi, nhức mỏi cơ hoặc nhức mỏi người, đau đầu, mới bắt đầu mất khứu giác hoặc vị giác, đau họng, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn, ói mửa, và tiêu chảy.
- Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe (Healthcare Provider) là Bác Sĩ (Doctor), Người Hành Nghề Y Tá (Nurse Practitioner), hoặc Phụ Tá Bác Sĩ Có Chứng Nhận (Certified Physician Assistant).



# NEU CON TOI CO CAC TRIEU CHUNG COVID-19

**Lựa chọn 2: Bác sĩ của con tôi nói rằng các triệu chứng của con tôi không liên quan đến COVID-19. Con tôi vẫn cần đi xét nghiệm hay không?**

**Không nhất thiết như vậy.** Y bác sĩ đó sẽ quyết định con quý vị có cần đi xét nghiệm hay không.

Họ có thể viết giấy xác nhận cho trường học/trung tâm giữ trẻ của quý vị. Giấy xác nhận của y bác sĩ của quý vị

- sẽ cho trường/trung tâm giữ trẻ đó biết rằng các triệu chứng của con quý vị là không liên quan đến COVID-19 và
- sẽ cho trường biết khi nào đưa trẻ có thể quay trở lại một cách an toàn.

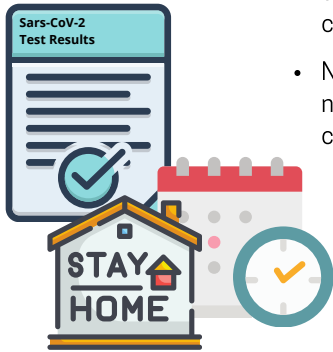


**Lựa chọn 3: Tôi không thể giữ con tôi ở nhà trong 10 ngày, và con tôi không có bác sĩ (hoặc không thể lấy hẹn được). Tôi nên làm gì?**

Mặc dù tốt nhất là nói chuyện với một bác sĩ, con quý vị vẫn có thể được làm xét nghiệm COVID-19 (xét nghiệm phân tử/PCR chứ không phải là xét nghiệm kháng nguyên) tại một trong các địa điểm công cộng của ACPHD tại:

<https://covid19.acgov.org/testing.page>.

- Nếu kết quả xét nghiệm phân tử/PCR là **âm tính**, hãy nộp kết quả đó cho trường. Sau đó, trường/trung tâm giữ trẻ có thể cho phép con quý vị trở lại khi các em đã hết bệnh.
- Nếu kết quả xét nghiệm là **dương tính**, đưa trẻ phải tiếp tục ở nhà cho đến khi đáp ứng được **TẤT CẢ** các điều kiện để kết thúc cách ly ở nhà:
  - Đã ít nhất 10 ngày kể từ khi bắt đầu xuất hiện các triệu chứng COVID-19, hoặc ngày làm xét nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng
  - Đưa trẻ không bị sốt trong ít nhất 24 giờ mà không cần uống thuốc hạ sốt
  - VÀ
  - Các triệu chứng của đứa trẻ đã đỡ.

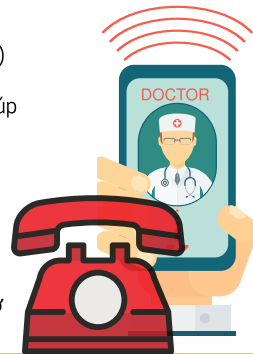


**Nếu con quý vị cần bác sĩ hay y viện, sau đây là một số nguồn trợ giúp mà quý vị có thể gọi:**

- Family Health Line (Đường Dây Trợ Giúp Sức Khỏe Gia Đình) Số điện thoại miễn phí **1-888-604-4636**
  - Có thể giúp giải đáp các thắc mắc về Child Health and Disability Prevention Program (Chương Trình Sức Khỏe Trẻ Em và Ngăn Ngừa Khuyết Tật) (CHDP) hoặc Medi-Cal tại Alameda County
- Số điện thoại gọi miễn phí của Health Insurance Enrollment Assistance (Trợ Giúp Ghi Danh Tham Gia Bảo Hiểm Sức Khỏe) **1-800-422-9495**
- Có thể giúp nộp đơn xin bảo hiểm miễn phí hoặc giá rẻ
- Số điện thoại gọi miễn phí của HealthPAC **1-877-879-9633**
- Gọi để biết quý vị có hội đủ điều kiện hay không

Các nguồn trợ giúp khác:

- Đường Dây Thông Tin CHDP: **1.510.567.2070**
- Trang web tìm nguồn trợ giúp dành cho các dịch vụ chăm sóc sức khỏe giá rẻ ở Quận Alameda có tại <http://achealthcare.org>



# CÁC TRIỆU CHỨNG MỚI Ở ĐỨA TRẺ TỪNG MẮC COVID-19

**Con tôi đã khỏi bệnh COVID-19 hoặc từng có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2. Cháu có cần phải làm xét nghiệm lại cho các triệu chứng mới có thể do COVID-19 gây ra hay không?**

- **Điều đó tùy thuộc** vào khoảng thời gian đã trôi qua kể từ khi con quý vị bị bệnh hay có kết quả xét nghiệm dương tính, và bác sĩ của quý vị nói gì.
- Chúng ta có thể bị tái nhiễm. Bằng chứng cho thấy tình trạng tái nhiễm có thể xảy ra 90+ ngày sau khi xuất hiện các triệu chứng ban đầu hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính.
  - **Nếu vẫn chưa đến 90** ngày kể từ khi xuất hiện các triệu chứng COVID-19 hoặc kết quả xét nghiệm dương tính, thì **khả năng rất cao là** không tái nhiễm. Chỉ nên đi xét nghiệm COVID-19 nếu bác sĩ của quý vị khuyến cáo.
  - ACPHD không yêu cầu phải làm xét nghiệm hoặc có giấy xác nhận của bác sĩ để quay trở lại trường học.



- **Nếu đã hơn 90 ngày** trôi qua kể từ khi bắt đầu xuất hiện các triệu chứng COVID-19 hoặc kết quả xét nghiệm dương tính, thì nên cân nhắc chẩn đoán theo hướng khác, ngoài việc đi xét nghiệm lại. Tốt nhất là nói chuyện với bác sĩ của con quý vị.

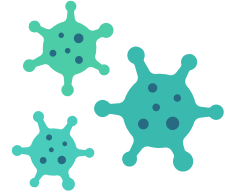


# TRẺ EM TRỞ LẠI TRƯỜNG HỌC: TIẾP XÚC GẦN

**Con tôi được yêu cầu phải cách ly tránh tiếp xúc do đã Tiếp Xúc Gần (Close Contact) với người mắc COVID-19 hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính với SARS-CoV-2.**

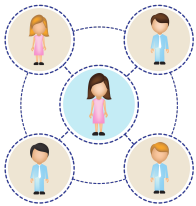
## SARS-CoV-2 là gì?

SARS-CoV-2 là loại vi-rút gây bệnh COVID-19.



## Tiếp Xúc Gần (Close Contact) là gì?

Tiếp Xúc Gần (Close Contact) có nghĩa là đưa trẻ hoặc học sinh tiếp xúc với người mắc COVID-19 trong phạm vi 6 feet, trong tổng cộng ít nhất 15 phút, NGAY CẢ KHI cả đưa trẻ hoặc học sinh và người kia đều đeo khẩu trang. Những lần tiếp xúc ngắn với tổng cộng thời gian lên đến 15 phút trong cùng ngày cũng được tính là Tiếp Xúc Gần (Close Contact). Tiếp Xúc Gần (Close Contact) cũng có thể là đưa trẻ hoặc học sinh đó đã tiếp xúc trong thời gian ngắn hơn nhưng rất gần với các hạt nước nhỏ li ti bắn ra khi người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID nói, ho hoặc hắt hơi. Ví dụ, người bệnh ho trực tiếp vào đưa trẻ hoặc học sinh đó.



## Cách ly tránh tiếp xúc là gì?

Cách ly tránh tiếp xúc là tránh để người đã Tiếp Xúc Gần (Close Contact) với một người mắc COVID-19 tiếp xúc với những người khác.



## Thời gian cách ly là bao nhiêu ngày?

Giai đoạn cách ly kéo dài ÍT NHẤT 10 ngày, tuy nhiên 14 ngày thường an toàn hơn.

- Nếu con quý vị đã Tiếp Xúc Gần (Close Contact) trong 14 ngày vừa qua, con quý vị nên cách ly tránh tiếp xúc trong 14 ngày. Lựa chọn này là an toàn nhất, đặc biệt là khi con quý vị thường xuyên tiếp xúc với người có nguy cơ mắc bệnh nặng (trên 65 tuổi hoặc có các chứng bệnh tiềm ẩn).
  - Để biết những ai dễ có nguy cơ mắc bệnh, xem trang mạng của CDC tại: [precautions/people-with-medical-conditions.html](https://www.cdc.gov/healthcare/workers/return-to-work/return-to-work-precautions/people-with-medical-conditions.html)
- Nếu con quý vị không thường xuyên tiếp xúc với người có **nguy cơ cao**, ACPHD cho phép cách ly trong thời gian ngắn hơn là 10 ngày.
- Trong mọi trường hợp, đưa trẻ phải được cách ly tránh tiếp xúc ÍT NHẤT 10 ngày.



# TRẺ EM TRỞ LẠI TRƯỜNG HỌC: TIẾP XÚC GẦN

## Con tôi có nên đi xét nghiệm trong thời gian cách ly không?



Nói chuyện với bác sĩ của con quý vị về việc đi xét nghiệm trong thời gian cách ly tránh tiếp xúc.

**Nếu xuất hiện các triệu chứng trong thời gian cách ly**, con quý vị nên đi xét nghiệm. Ngay cả khi con quý vị không có triệu chứng, ACPHD vẫn khuyến cáo nên đi xét nghiệm SARS-CoV-2 trong khoảng thời gian từ 4-10 ngày sau khi Tiếp Xúc Gần (Close Contact).

**Nếu con quý vị KHÔNG xuất hiện các triệu chứng**, và không đi xét nghiệm hay có kết quả xét nghiệm SARS-CoV-2 âm tính, các em có thể trở lại trường sau khi kết thúc giai đoạn cách ly (sớm nhất là ngày thứ 11 sau khi Tiếp Xúc Gần (Close Contact)).

Nếu xét nghiệm của con quý vị là dương tính, em có thể trở lại trường học hoặc trung tâm giữ trẻ nếu đáp ứng được TẤT CẢ các điều kiện sau đây:

- Đã ít nhất 10 ngày kể từ khi bắt đầu xuất hiện các triệu chứng COVID-19, hoặc ngày làm xét nghiệm dương tính nếu không có triệu chứng
- Đưa trẻ không bị sốt trong ít nhất 24 giờ mà không cần uống thuốc hạ sốt VÀ
- Các triệu chứng của đứa trẻ đã đỡ.



## Giải thích về khung thời gian cách ly

**Ngày gần đây nhất Tiếp Xúc Gần (Close Contact) với người mắc bệnh được gọi là “Ngày 0”.** Nếu con quý vị không có triệu chứng trong thời gian cách ly và có kết quả xét nghiệm âm tính (nếu đi xét nghiệm), em có thể:

- Trở lại trường học vào Ngày 11 nếu cách ly trong 10 ngày
- Trở lại trường học vào Ngày 15 nếu cách ly trong 14 ngày.



**Ví dụ**, nếu lần Tiếp Xúc Gần (Close Contact) cuối cùng của con quý vị là vào ngày 1 tháng Một, thì giai đoạn cách ly bắt đầu từ ngày 2 tháng Một. Nếu đứa trẻ không có triệu chứng trong thời gian cách ly và có kết quả xét nghiệm âm tính (nếu có đi xét nghiệm), ngày cuối cùng của giai đoạn cách ly 14 ngày của đứa trẻ là ngày 15 tháng Một và em có thể trở lại trường học vào ngày 16 tháng Một.

